

# 夏の短期集中講習会

## 水泳

短期間で泳げるようになろう！

### 4日間選択クラス

幼児限定

受講料各期 **5,810円**

日程	時間	対象	定員	バス
I期 7/2(木)~7/28(火) のうち4日間選択	火・木・金(70分間) 15:20~16:30 ※集合時間 15:10	幼児	20名/期	×
II期 7/30(木)~8/31(月) のうち4日間選択 ※8/10(月)、 8/13(木)~8/16(日)除く	土(70分間) 13:20~14:30 ※集合時間 13:10			

### 4日間連続クラス

受講料各期 **5,810円**

日程	時間	対象	定員	バス
III期 8/1(土)~8/4(火)	8:30~9:45 (75分間) ※集合時間 8:30	4歳~ 小学6年生	30名/期	①
IV期 8/20(木)~8/23(日)				②

### 2日間連続クラス

幼児限定

受講料各期 **3,160円**

日程	時間	対象	定員	バス
V期 7/18(土)~7/19(日)	8:30~9:45 (75分間) ※集合時間 8:30	幼児	10名/期	×
VI期 8/8(土)~8/9(日)				×

#### ●コース設定

～お子さまの泳力にあわせてクラス分けをおこないます～

幼児限定 (I・II・V・VI期)	水慣れ・顔つけ・パタ足をおこないます
初心者 (III・IV期)	運動嫌いや、水嫌い克服に挑戦！顔つけ、潜る、パタ足で“泳ぐ”を学びます。けのび、ビート板キック、水中バランスの習得を目指します
基本泳法習得 (III・IV期)	クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの4種目からひとつ泳法を選択し、25m完泳を目指します
トレーニング (III・IV・V期)	スタート・ターンの技術を習得するとともに、長くきれいに泳ぐことを目指します

#### 送迎バス

- 運行方面：十日町・下条・川西・松代・松之山方面
- 施設維持費：920円/期
- 申込締切：①7月25日(土) ②8月11日(火)



## たいそう

体操の“できた”を増やそう！

### 4日間選択クラス

受講料各期 **5,810円**

日程	時間	対象	定員	バス
I期 7/3(金)~7/28(火) のうち4日間選択	火・金(60分間) 16:30~17:30 ※集合時間 16:20	4歳~ 小学2年生	10名/期	×
II期 7/31(金)~8/29(土) のうち4日間選択 ※8/10(月)、 8/13(木)~8/16(日)除く	土(60分間) 13:20~14:20 ※集合時間 13:10			×

●内容 ※都合によりプログラム内容が変更になる場合があります

【マット】前転・側転 【跳び箱】開脚とび

### 短期集中講習会受講者入会特典

登録期間中に通常教室へ入会手続きをされた方は

初回月額指導料 **0円**

※5ヶ月以上継続して在籍される方が対象になります

登録期間：8月1日(土)～9月15日(火)

#### 申込方法

受講申込書に必要事項をご記入のうえ、受講料を添えて受付にてお申し込みください。電話での予約も承っております。定員になり次第締め切りとさせていただきます。

※連続クラス：講習を欠席した場合、他の日程への振替は可能です

※やむを得ず電話予約をする場合は、予約日の翌日までに受講申込書に受講料を受付にてお支払いください。なお、お支払いが確認できない場合はキャンセルとさせていただきます。予めご了承ください。

※次のキャンセル料をお支払いいただくことで申込みをキャンセルすることができます。講習開始3日前～講習開始前日までは受講料の半額、講習開始日以降は受講料の全額 ※最少催行人数に達しない場合は中止することがあります

#### 新型コロナウイルス対策について

- ご自宅で検温を済ませてからお越しください。なお、発熱や熱っぽい・風邪等の症状がある場合はお控えください
- 観覧席での見学は3密防止のためご遠慮願います。
- 症状がなくてもマスクにてご来館ください
- 手指消毒液を玄関に設置しておりますので、必ず消毒液をご利用後に入場してください
- 更衣については、時間差入場および3密にならないよう誘導いたします。また、更衣の時間を短縮するため、ご自宅で更衣が可能な方はお済ませのうえご来館ください
- バス車内窓を開け換気することがあります。また、定期的に車内消毒をいたします

※金額は全て税込表示です

『当法人の個人情報保護方針に基づき、個人情報を正確かつ安全に取り扱うことに努めます』



公益財団法人体力づくり指導協会  
十日町体力づくり支援センター

十日町市馬場丙 1495-8  
TEL.025-758-3343  
www.tairyoku.or.jp/



T-2006NP-0013

キリトリ線

### 2020夏の短期集中講習会 受講申込書

NO.

フリガナ 氏名		性別	男・女	生年月日	20 年 月 日 ( 歳 )
住所	〒			バス利用	有・無 バス停 ( )
電話番号	( )			きっかけ	新聞折込・市報知人・館内掲示・地域情報誌・学校配布
幼稚園 学校名	幼稚園・保育園 (年少・年中・年長) 小学校 ( )年生		過去受講 有無	過去にも短期集中講習会を受講したことが (ある・ない)	
申込 内容	<input type="checkbox"/> 水泳講習会 <input type="checkbox"/> 幼児限定 / <input type="checkbox"/> 初心者 / <input type="checkbox"/> 基本泳法習得 ( <input type="checkbox"/> クロール・ <input type="checkbox"/> 背泳ぎ・ <input type="checkbox"/> 平泳ぎ・ <input type="checkbox"/> バタフライ ) / <input type="checkbox"/> トレーニング <input type="checkbox"/> たいそう講習会 ※希望の種目、コースに☑をつけてください				期
特記事項					
同意書	下記参加規約に同意し、本講習会に参加することに同意いたします 2020年 月 日 保護者名			受付欄	

【参加規約】本講習会に参加しようとする場合は、「通常の健康状態にあるので参加できる」旨の医師の同意が必要です。ただし、保護者の同意書をもってこれに代えることができます。なお、施設が健康上問題があると判断したときは、医師の診断書の提出を求めることがある他、参加をお断りする場合があります。